



چند راهکار درست برای دوا و درمان مارگزیدگی

## شفای بدن‌های زهرآگین

تهران (پانا) - رفتن به کوه و دشت و بیابان همان قدر که لذتبخش است و هیجان دارد، خطراتی را هم به دنبال دارد که اگر حواستان نباشد ممکن است گریبانتان را بگیرد. وجود انواع جانوران در این مکان‌ها مانند مار و عقرب می‌تواند یک روز خوب را تبدیل به یک روز بد و پر از حادثه کند. بد نیست بدانید که چطور می‌توان با مارگزیدگی مقابله کرد، شاید دانستن بعضی نکات کاربردی و مرور آنها جایی به دردتان بخورد.

به ZWNJ& گزارش شهروند، علایم و نشانه ZWNJ&های زهرآگین شدن بدن کسی که مورد گزش مار واقع شده به عواملی چون اندازه مار، ZWNJ& محل، تعداد و عمق گزیدگی، مقدار زهر تزریق شده، حساسیت فرد نسبت به زهر، سن و وزن مصدوم، سلامتی عمومی فرد و نوع و تعداد میکروارگانیسم موجود در حفره دهانی مار بستگی دارد. اما برای بررسی بیمار و این که بدانید مار سمی او را نیش ZWNJ& زده یا غیرسمی، دانستن این نکات ضروری است:

مشاهده مار

مشاهده سوراخ یا زخم در محل نیش زدگی.

درد در محل گزیدگی؛ درد و سوزش شدید است.

تورم، با گذشت زمان، تورم به سمت قسمت مرکزی اندام و به طرف تنه فرد پیشرفت می‌کند.

قرمزی پوست و بروز تاول

قرمزی و تورم عروق لنفاوی در عضو گزیده شده و پیشرفت این قرمزی و تورم به سمت قسمت ZWNJ&های مرکزی بدن. لبه ZWNJ&های این ناحیه بسیار دردناک و نسبت به لمس حساس است.

تهوع، استفراغ، سرگیجه و احساس ضعف

کاهش فشار خون

تب، لرز و تعریق

سوزن سوزن یا کرخت شدن نوک انگشتان و اطراف لب و دهان

خونریزی از بینی، وجود خون در ادرار یا مدفوع

تند شدن تنفس یا تنگی نفس

افزایش نبض

مشکل بینایی

نکته: در بررسی بیمار، ابتدا به ZWNJ& دنبال اثرات دو دندان روی پوست مصدوم بگردید. البته ممکن است فقط یکی از دندان ZWNJ&ها در پوست فرو رفته باشد. گاه نیز یکی از دندان ZWNJ&های مار در حمله به هدف قبلی شکسته است. گاهی هم ممکن است که مار در مرحله پوست ZWNJ& اندازی بوده و بیشتر از ۲ دندان داشته باشد.

هنگامی که کسی توسط مارسمی گزیده می‌شود، علایمی که در او ظاهر می‌شود را بسته به نوع سم و میزان ورود آن به بدن به دو گروه خفیف و شدید تقسیم می‌کنند:

کمک ZWNJ&های اولیه

این که بدانید هنگام مارگزیدگی چه کارهایی باید انجام دهید تا سم از بدن خارج شود یا به بقیه اندام ZWNJ&ها سرایت نکند، می‌تواند جان مصدوم را نجات دهد. به ZWNJ& عنوان یک ناجی این نکات را بخوانید و به ZWNJ& خاطر بسپارید:

اگر گزیدگی ZWNJ&ها در ناحیه دست و پاها اتفاق افتاده، با استفاده از پارچه یا باندی که حدود ۴ تا ۵ سانتی ZWNJ&متر

عرض داشته باشد، بالا و پایین محل گزیدگی را ببندید. البته این کار باید با رعایت اصول انجام شود. باند یا پارچه را طوری ببندید که یک انگشت به ZWNJ و راحتی از زیر آن عبور کند و مانع مسدود شدن خون سرخرگی نشود.

در صورتی ZWNJ که محل گزش در نزدیکی مفاصل است، از قراردادن نوار در دو سمت مفصل خودداری کنید و نوار را فقط در بالای زخم یعنی سمتی که به تنه مصدوم نزدیک ZWNJ تر است ببندید.

زیورآلات، ساعت یا لباس ZWNJ های تنگ را از اندام گزیده شده خارج کنید.

استفاده از دستگاه پمپ مکنده مخصوص در ۳۰ دقیقه اول مارگزیدگی توصیه می ZWNJ شود. در صورتی ZWNJ که پس از ۵ تا ۱۰ دقیقه بعد از مارگزیدگی به بیمار رسیدید، توسط ساکشن کردن می ZWNJ؛ بتوانید ۲۵ تا ۵۰ درصد زهر را خارج کنید. در صورت در اختیار داشتن محلول آنتی سپتیک یا صابون سطح زخم را با ZWNJ؛ آن شست و شو دهید.

با استفاده از تیغه چاقو که آن را روی آتش گرفته و ضد عفونی کرده ZWNJ؛ آید یا تیغ بیستوری استریل یک شکاف خطی در محل گزش ایجاد کنید. یادتان باشد روی ناحیه گزش را برش ضربدری ندهید؛ این کار ریسک بریده شدن اعصاب و عروق خونی را افزایش می ZWNJ؛ دهد.

زخم باید حدود ۲۰ دقیقه مکیده شود. اگر دهان شما زخم یا خراش دارد یا دچار گلو درد و سرماخوردگی هستید از مکیدن محل گزش خودداری کنید. مایع زخم که توسط ساکشن ZWNJ؛ دهانی خارج می ZWNJ؛ شود باید مرتباً دور ریخته شود، با این حال اگر احتمالاً بلعیده شد، جای نگرانی نیست، زیرا زهر در معده بی ZWNJ؛ اثر می ZWNJ؛ شود.

در صورت امکان اطلاعات صحیحی در مورد شکل مار به ZWNJ؛ دست آورید.

هرگز به بیمار اجازه ندهید که راه برود.

مصدوم را سریعاً به مراکز درمانی منتقل کنید.

استفاده از کمپرس سرد در مارگزیدگی ممنوع است.

پیش ZWNJ؛ بینی وضع مارگزیده

تا زمانی ZWNJ؛ که ضربان قلب وجود دارد می ZWNJ؛ توان به بهبود بیمار امیدوار بود. گاهی مصدوم یا مار گزیده بدون درمان اصلی بهبود پیدا می ZWNJ؛ کند و نیز ممکن است مرگ خیلی سریع بعد از گزش گروه الایپیده (یا کبری) فرا رسد. حد متوسط زمان فرا رسیدن مرگ معمولاً ۵ ساعت بعد از گزش است ولی ممکن است مرگ تا ۷ روز پس از گزش نیز به تاخیر بیفتد. توجه به پایین آمدن فشار خون و مشاهده علایم بالینی، اختلالات دستگاه تنفس و گردش خون موضوع را تا حدی روشن می ZWNJ؛ کند.

در گروه الایپیده یا کبری اساساً مرگ در اثر فلج شدن دستگاه تنفسی است. ضعف ماهیچه ZWNJ؛ ها ZWNJ؛، ازدیاد ترشح بزاق و استفراغ بیش از حد مزید بر علت و گاهی موجب خفگی می ZWNJ؛ شود. در حالی ZWNJ؛ که در گروه افعی ZWNJ؛ ها خونریزی و شوک بیشتر باعث مرگ می ZWNJ؛ شود.

چنانچه زخم را ضد عفونی کنند و آزاد بگذارند در یکی دو هفته خشک خواهد شد. ولی اگر به عللی زخم بسته شود ممکن است عفونی شده و بهبودی طولانی ZWNJ؛ تر شود و حتی دیده شده که زخم چند ماه ادامه داشته و سرانجام به ZWNJ؛ مراقبت و عمل جراحی احتیاج پیدا کرده است.

دوران بیماری در گزش مارهای دریایی کمی طولانی ZWNJ؛ تر است و شاید چند ماه طول بکشد تا بیمار سلامت خود را باز یابد. در گزش افعی ZWNJ؛ ها اگر سم خاصیت خونریزی داشته باشد، معمولاً بیمار طی یک هفته بهبود پیدا می ZWNJ؛ کند. اما در گزش افعی ZWNJ؛ هایی که سم آنها خاصیت انعقاد خون را تغییر می ZWNJ؛ دهند و سرم غیر اختصاصی در مورد آنها تجویز می ZWNJ؛ شود، دوران بیماری دو سه هفته طول خواهد کشید تا بهبود حاصل شود.

در حالات سخت بیماری، ابتدا جریان خون سریع می‌شود و بعد این جریان به کندی صورت می‌گیرد. در چنین وضعی خون به قلب و مغز به کندی می‌رسد و ممکن است این عمل در اثر شوک (۱۲ تا ۲۲ ساعت بعد از گزش) یا در اثر خونریزی داخلی یا از محل گزش باشد.

روش‌های پیشگیری از مارگزیدگی

از قدیم گفته‌اند پیشگیری بهتر از درمان است. این نکات را بخوانید و در اردوها و گردش‌هایتان آنها را رعایت کنید تا اتفاقی نیفتد:

یک مکان خنک و سایه‌دار مثل یک شکاف سنگی، یک غار یا تورفتگی سنگی، سنگ‌های کنار چشمه‌ها، شاخه‌های سایه‌دار درخت‌ها و... همان‌قدر که برای شما می‌تواند جذاب باشد، برای یک مار هم که در طول روز مجبور به خنک نگه داشتن خود است، جذاب است. پس، قبل از وارد شدن به این مکان‌ها خیلی دقت کنید و با سر و صدا کردن باعث فرار مار از این مکان‌ها شوید.

هنگام راه رفتن بین علف‌های بلند حتماً با دقت به زیر پای خود نگاه کنید و از یک چوب دست، عصا، باتوم و... استفاده کنید و با کشیدن آن به زمین و ضربه زدن به سنگ‌ها و یا شاخه‌های جلوی پایتان مار را از ورود خود آگاه کنید تا او شما را غافلگیر نکند.

۸۵ درصد مارگزیدگی‌ها در ناحیه زانو به پایین اتفاق می‌افتد، پس بهتر است از کفش مناسب استفاده کنید و با پوشیدن جوراب‌های ضخیم از پای خود محافظت کنید. اگر هوس گل چیدن کردید، بدون دقت و بی‌احتیاطی دستتان را زیر سنگ‌های بزرگ و توده‌های علفی فرو نبرید. معمولاً این جور جاها محل زندگی مارها است.

بعضی‌ها با دیدن مار وظیفه خود می‌دانند که یا او را بکشند یا بگیرند که این امر خود دلیل اصلی ۵۰ درصد از مارگزیدگی‌ها است. پس اگر در طبیعت با مار مواجه شدید سر به سرش نگذارید و خیلی آرام، بدون تحریک او عقب‌نشینی کنید.

سر و صدا باعث می‌شود مارها از جلوی راهتان کنار بروند. پس، از سوت زدن و آواز خواندن دریغ نکنید! هیچ‌وقت کوله پشتی خود را با در باز بر روی زمین رها نکنید.

لباس‌های خود را برای مدت طولانی بر روی زمین رها نکنید. اگر کفشتان را در آورده‌اید، هنگام دوباره پوشیدن آن دقت کنید که چیزی توی آن نرفته باشد.

اگر چادر زده‌اید، همیشه در آن را بسته نگه دارید و شب‌ها وسایل و مخصوصاً کفش‌های خود را به داخل چادر بیاورید. اگر هم به هر دلیلی ناچار به بیرون گذاشتن برخی لوازم از جمله کفش‌های خود شدید، حتماً آنها را داخل یک کیسه غیرقابل نفوذ قرار دهید. به‌علاوه ریختن تنباکوی خیس شده به دور چادر سبب دور شدن مارها از آن می‌شود.

اول خوب نگاه کنید، بعداً بپرید! هیچ‌وقت به‌جایی که آن را نمی‌بینید (پشت یک سنگ، یک توده علفی و...) نپرید. از کجا می‌دانید، شاید کنار یک افعی فرود بیاید! هرگز به یک مار حتی اگر مرده به‌نظر برسد، دست نزنید.

اگر در فاصله بسیار نزدیک (یکی دو قدم) با مار بودید و دیدید که حالت دفاعی به‌خود گرفته، خونسردی خود را حفظ و سعی کنید بدون این که برگردید، با برداشتن چند قدم به‌عقب خیلی آرام از آن دور شوید.

اگر متوجه وجود مار در نزدیکی کسی شدید، بدون این که هول شوید و بترسانیدش، با صدای بلند او را راهنمایی کنید تا از منطقه خطر دور شود.

این فکر که مارهای کوچک خطری ندارند، کاملاً نادرست است. شاید یک بچه افعی رو به رویتان باشد و خودتان خبر نداشته باشید. بد نیست بدانید مار جعفری که از سمی‌ترین انواع افعی‌های ایران به‌حساب

می‌آید، ماری بسیار زیبا، کوچک، ظریف و با قطری کم است. با تاریک شدن هوا مارها هم برای شکار از لانه‌شان بیرون می‌آیند. پس اگر در شب قصد پیاده‌روی دارید از چراغ استفاده و جلوی پای خود را به دقت نگاه کنید. صبح زود مارها از سرمای دم صبح بی‌حال می‌شوند و برای گرم شدن خود را به مکان‌هایی که آفتابگیر است می‌کشانند. پس مراقب چنین مکان‌هایی باشید.

#### تفاوت گزیدگی مار سمی و غیرسمی

مارگزیدگی در بچه‌ها معمولاً شدت و مرگ و میر بیشتری دارد. اگر گزش در محل یک رگ بزرگ باشد، سم به‌طور مستقیم وارد گردش خون شده و تشنج و مرگ در عرض چند دقیقه بروز می‌کند. اثرات سمی بعد از چند ساعت تا چند روز بر روی قلب و عروق، دستگاه تنفس، گوارش، کلیه‌ها و اعصاب ظاهر می‌شود. وجود تهوع و استفراغ در دقایق اول پس از گزش، نشان دهنده ورود مقادیر زیاد سم به درون فرد مارگزیده است. سم برخی مارها سبب فساد و آسیب قسمت وسیعی از پوست می‌شود. گاهی گزش توسط مار سمی بدون وارد شدن سم به بدن فرد مارگزیده صورت می‌گیرد. اگر پس از یک ساعت، درد و سوزش در محل گزش و علائم عمومی گفته شده، مشاهده نشد، می‌توان از وارد نشدن سم به بدن اطمینان حاصل کرد.